No. 6 • $15.00

RADAR EDITORES

PANADERÍA MEXICANA

6



Pan Tradicional Mexicano VI

06

7 509761 700622

HECHO EN MEXICO

EL PAN EN LA CIUDAD DE MÉXICO.

Después de la caída de Tenochtitlán, comenzaron a construirse los nuevos edificios de la Nueva España sobre sus escombros. Con el transcurso del tiempo, los canales existentes se fueron secando artificialmente y la ciudad creció para darle prioridad a la vivienda de los españoles en la parte del centro y a los indios en las afueras.

Las tieras de siembra y cultivo fueron quedando en manos de los españoles, quienes de forma brusca despojaron a sus anteriores dueños. Para entonces, el trigo se cultivaba mejor en México que en tierras europeas.

Casi desde el inicio de la Colonia, inició la elaboración de panes a nivel comercial. Para 1525, había locales para su venta, la cual era controlada rigurosamente en cuanto a calidad, peso, forma y tamaño. Todo vigilado por la Fiel Ejecutoria impuesta por el virrey con instrucciones del Rey de España.

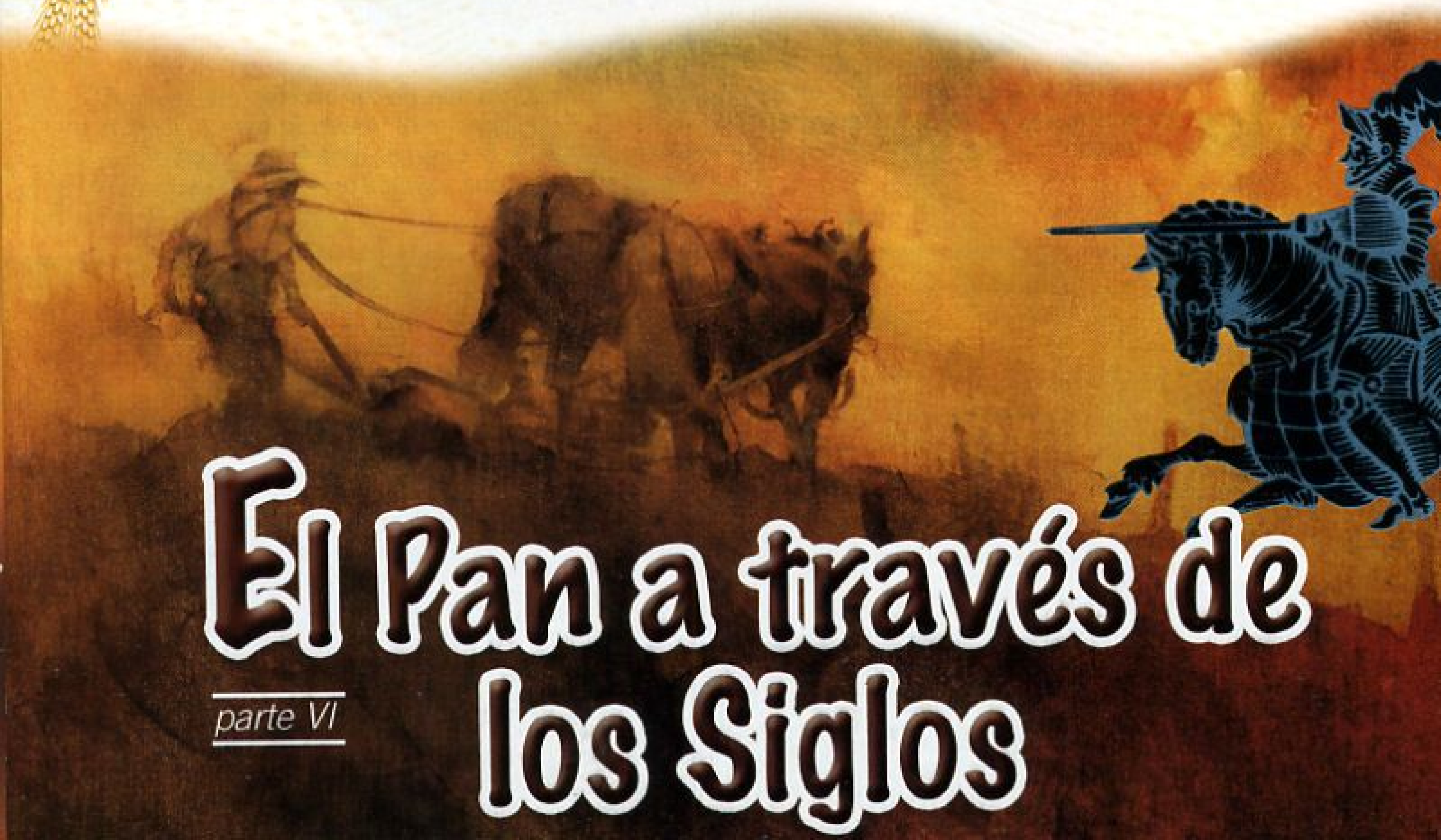
Los panes para el pueblo, de menor calidad pero no menos ricos, eran vendidos en las pulperías, que eran tiendas con venta de abarrotes, entre otras cosas.

Bibliografía

LA COSA ESTÁ DEL COCOL
Autores: Sonia Iglesias
Guillermo Bonfil Batalla
Editorial: Museo Nacional de México
México, D.F., 1983

LOS NOMBRES DEL PAN
Autores: Sonia Iglesias
Editorial: Museo Nacional de Culturas Populares
CULTURA SEP
México, D.F.

EL PAN NUESTRO DE CADA DÍA
Autores: Sonia Iglesias y Cabrera
y Samuel Salinas Álvarez
CANAINPA
Editorial: Museo Nacional de México.
México, D.F., 1997



El Pan a través de los Siglos

parte VI

Cuidados al momento de Hornear



Le recomendamos encender el horno por lo menos 20 minutos antes de hornear el pan, con la temperatura ligeramente más alta de la requerida, bájela al meter el pan y manténgalo en la temperatura adecuada.

Pase la charola con pan de las rejillas de abajo a las de arriba para evitar que se dore por abajo.

Cuando saque una charola del horno, no la coloque sobre la estufa o el horno ya que ese calor secará el pan, déjela enfriar donde no halla calor.





Cuando esté horneando evite las corrientes de aire en el horno, ya que la flama puede moverse y el pan no se cocerá parejo por dentro.

Durante la cocción, gire la charola con el pan por lo menos a los 10 minutos de haberla introducido para obtener una cocción y color más uniforme.

Si nota que el pan tarda más en cocerse del tiempo normal, el horno necesita un poco de más temperatura, de lo contrario el pan se secará.

Si el horno está quemando demasiado, puede colocar una charola vacía en la parte de abajo o ponerle doble charola al pan, a reserva de llamar a un técnico para que lo repare.

Recuerde que no debe cocer panes de diferente tamaño en una sola charola.

(Rinde 40 porciones)

Besos

Por su singular presentación y delicado nombre ha sido protagonista de infinidad de chistes y bromas.

INGREDIENTES:

150	gr de mantequilla
150	gr de margarina
375	gr de azúcar
6	huevos
	Vainilla al gusto
1	kg de harina
2	cucharaditas cafeteras copeteadas de polvo para hornear
300	ml de agua

Para Decorar:

1	taza de mermelada de fresa
1	taza de azúcar
1	taza de mantequilla

Material Necesario:

Báscula
Batidora con globo
Raspa de plástico
Taza medidora
Manga
Espátula de plástico

MANERA DE PREPARAR:

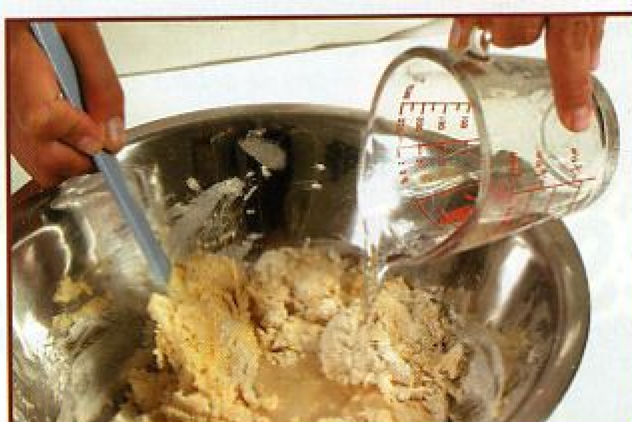
1. *Acreme la mantequilla, la margarina y el azúcar a punto de pomada.*

2. *Mezcle los huevos con la vainilla, agréguelos uno por uno a lo anterior.*



3. *Integre la harina y el polvo para hornear (previamente cernidos en forma envolvente) junto con el agua.*





4. *Coloque la pasta en una manga sin duya.*



5. *Forme los besos en la charola (como medias naranjas).*



6. *Hornee a 200°C por 20 minutos o hasta que tengan color.*

7. *Déjelos enfriar, úntelos con mermelada y póngales la tapa.*





8. *Unte los besos con la mantequilla a punto de pomada.*



9. *Revuélquelos en azúcar.*



Tips: *Si desea un pan de mayor tamaño déle más volumen hacia arriba al momento de formarlo en la charola. No es recomendable conservar la masa en refrigeración, es mejor utilizarla al momento de prepararla.*





(Rinde 15 porciones)

Colchones de Naranja



Esta singular forma es el resultado de colocar bollos juntos dentro de un molde alto, al fermentarse se juntaron de tal forma que adquirieron forma de colchón.

INGREDIENTES:

300	gr de harina
30	gr de azúcar
1/2	cucharadita de sal
1	huevo
40	gr de mantequilla
1	cucharadita copeteada de levadura en polvo
1	naranja (sólo el jugo)
100	ml de leche
	Harina para extender
	Manteca para engrasar el molde
100	gr de mantequilla fundida

Material Necesario:

Báscula
Taza medidora
Raspa
Cucharita
Brocha
Molde rectangular de 30 x 20 cm

MANERA DE PREPARAR:

1. *Forme una fuente con harina y levadura.*

2. *Coloque al centro el huevo, el azúcar, la sal, la mantequilla y el jugo, haga un premezclado.*



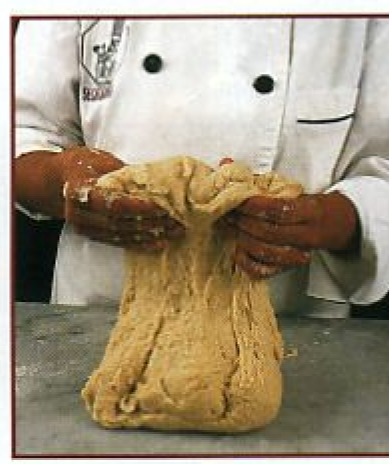
3. *Agregue poco a poco la harina y la leche, comience a tallar hasta que la masa tome elasticidad.*



4. *Añada un poco más de leche para darle suavidad.*



5. *Comience a golpearla para que se despegue de la mesa.*



6. *Déjela reposar durante 30 minutos a temperatura ambiente, tapada con un plástico.*



7. *Divida la masa en porciones de 50 gr c/u.*



8. *Boléelas.*



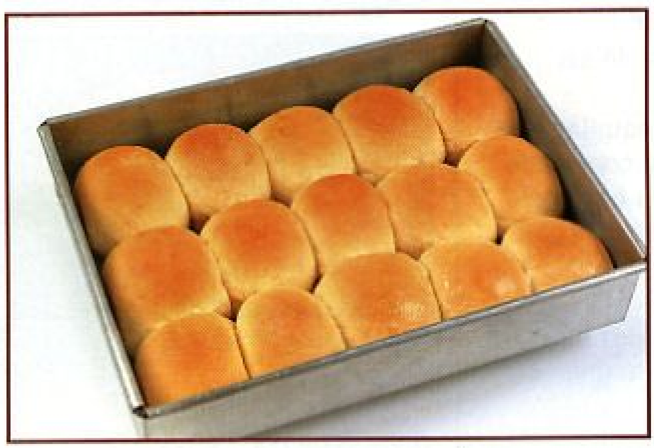
9. *Colóquelas dentro del molde.*



10. *Déjelas fermentar hasta que doblen su volumen.*



11. *Hornee a 210°C por 20 minutos.*



12. *Despegue las paredes con cuidado y desmolde ayudándose con una charola.*



Tips:

Si gusta, puede barnizarlos con mantequilla fundida, les dará brillo y sabor. Puede agregarle una cucharada de ajonjolí tostado a la masa.



(Rinde aproximadamente 10 porciones)

Masa para Bolillos y Teleras Caseras

Es una delicia el aroma del pan casero. Esta receta es una variante de los bolillos y teleras que conocemos, los cuales están cocidos en hornos con vapor, lo cual los hace más crujientes y dorados.

INGREDIENTES:

500	gr de harina
50	gr de manteca vegetal
10	gr de sal (1 cucharadita cafetera rasa)
10	gr de azúcar
7	gr de levadura en polvo
1/2	limón, sólo el jugo
250	ml de agua

Material Necesario:

Báscula
Taza medidora

MANERA DE PREPARAR:

1. *Haga una fuente con la harina y la levadura, coloque en el centro la manteca, la sal, el azúcar y el jugo de limón, haga un premezclado.*

2. *Agregue un poco de agua y amase. Si la mezcla está dura, integre más agua y tállela hasta obtener una masa suave, lisa y elástica.*





3. *Déjela reposar durante 1 hora a temperatura ambiente, cubierta con un plástico o trapo semihúmedo.*

4. *Corte porciones de 100 gr y déles forma.*







(Rinde 10 porciones)

Bolillos

Se consideran dentro del grupo del pan blanco, el cual lleva un horneado especial mediante vapor y altas temperaturas.

INGREDIENTES:

1 receta de bolillo
1 taza de agua

Material Necesario:

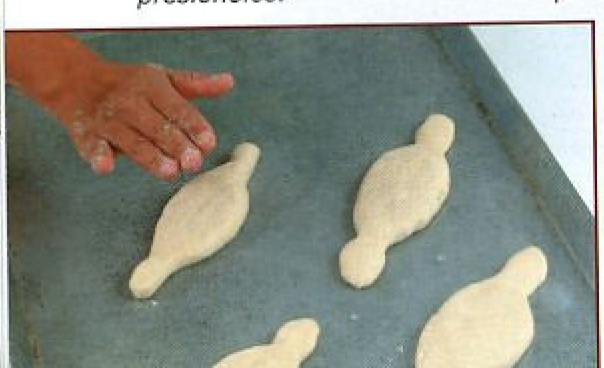
Atomizador
Navaja de corte fino
Raspa

MANERA DE PREPARAR:

1. *Divida la masa de bolillo en 10 porciones. Apriételas en forma de rollo y déles forma a las puntas.*



2. *Colóquelos sobre una charola y presiónelos.*



3. *Déjelos fermentar hasta que doblen su volumen.*



4. *Ráyelos con una navaja a lo largo.*



5. *Rocíelos con agua.*



6. *Hornee a 260°C, es importante que el horno tenga esa temperatura.*

7. *A la mitad de la cocción, vuélvalos a rociar con agua y siga horneando.*

Tips:

Si el horno tiene foco no lo moje con agua al rociar los bolillos porque puede explotar. Sáquelos del horno al momento que estén firmes y con color dorado claro.



Rinde 10 porciones

Teleras

Esta variedad de pan es también del grupo de pan blanco, pero su diferencia es que no son horneadas con vapor.

INGREDIENTES:

1 receta de bolillo
1 taza de agua
3 cucharaditas rasas de sal

Material Necesario:

Atomizador
Palo delgado de madera
Raspa
Manta

MANERA DE PREPARAR:

1. *Extienda cada porción en forma ovalada, deje un ligero montículo en el centro.*



2. *Con un palo delgado de madera, presione los extremos hasta el fondo.*



3. *Coloque la manta sobre la charola y luego las teleras. Déjelas fermentar hasta que doblen su volumen.*



4. *Colóquelas sobre una charola.*



5. *Rocíelas con agua.*

6. *Hornee a 260°C, es importante que al meterlas al horno éste haya adquirido esa temperatura.*

7. *A la mitad de la cocción, vuélvalas a rociar con agua y siga horneando.*

Tips:

Si el horno tiene foco no lo moje con agua al rociar las teleras porque puede explotar. Sáquelas del horno al momento que estén firmes y con color dorado claro.



(Rinde 4 piezas de 550 gr c/u)

Marquesotes

Este pan es un producto popular que adopta diferentes presentaciones según la región donde se realiza, en Veracruz se consume en rebanadas y seco, en Oaxaca se vende en cajitas de papel de estraza y en Puebla se rebana y revuelca en azúcar con canela.

INGREDIENTES:

125 gr de harina
125 gr de fécula de maíz
6 huevos separados en claras y yemas
1 taza de azúcar glass
Mantequilla para engrasar

Para Decorar:

1/2 taza de azúcar
1 cucharada cafetera de canela en polvo

Material Necesario:

Tazón
Batidora manual
Batidor de globo
Báscula
Taza medidora
Cuchillo sierra
Molde rectangular de 22 x 10 cm
Papel encerado

MANERA DE PREPARAR:

1. *Bata las claras a punto de turrón.*



2. *Con un batidor manual, integre las yemas en forma envolvente.*



3. *Agregue la harina, la fécula y el azúcar cernidas en forma envolvente.*



4. *Engrase y forre un molde con papel encerado*



5. *Vierta la preparación y hornee a 180°C.*

6. *Rebane y espolvoree las rebanadas con azúcar y canela.*



Tip: *Si gusta, puede bañar las rebanadas con rompope o cajeta.*



Churros

Fueron creados en la época de la Colonia y se acostumbraba freírlos en manteca, al pasar los años, se ha ido modificando la receta y ahora los conocemos hasta rellenos.

INGREDIENTES:

- 600 ml de agua
- 1 cucharadita cafetera de vinagre
- 1 cucharadita cafetera de vainilla
- 1/3 de cucharadita de sal
- Gotas de colorante amarillo al gusto
- 250 gr de harina
- 2 litros de aceite
- 1 taza de azúcar para espolvorear



Material Necesario:

- Aparato manual para hacer churros (churrera)
- Cazo para freír
- Pala de madera
- Pinzas para pan
- Rejilla

MANERA DE PREPARAR:

1. Caliente el agua con la sal, el vinagre, la vainilla y el colorante.



2. Cuando suelte el hervor, agregue toda la harina y mueva vigorosamente durante 2 minutos con una palita de madera a fuego lento.



3. Deje enfriar la mezcla.

4. Mientras tanto, caliente el aceite a fuego alto.

5. Vierta la mezcla en la churrera.

6. Colóquela al borde del cazo y haga presión para que salga la mezcla.



7. Cuando obtenga el tamaño deseado del churro, deténgase y déjelo freír por 2 minutos o hasta que tenga color dorado claro.



Tips:

No utilice las mezcla caliente, déjela enfriar. El aceite debe estar bastante caliente, tenga cuidado al freír los churros.

8. *Escúrralos.*



9. *Revuélquelos en azúcar.*





(Rinde 18 porciones)

Panquecitos de Chocolate

México es un país 100% chocolatero, por lo que no podía faltar esta rica variante de panquecitos.

INGREDIENTES:

250	gr de margarina
250	gr de mantequilla
250	gr de azúcar
350	gr de harina
1	cucharadita de polvo para hornear
15	yemas
2	cucharaditas de vainilla
1/2	taza de leche
10	claras
50	gr de cocoa en polvo

De la Salsa de Chocolate:

400	gr de cobertura de chocolate semiamargo
200	ml de leche

Material Necesario:

Báscula
Taza medidora
Batidor de globo
Placa para 18 panqués
Batidor de globo manual
Espátula de hule
18 capacillos del #72

MANERA DE PREPARAR:

1. Bata la mantequilla, la margarina y el azúcar hasta que se acreme y blanquee.



2. Incorpore las yemas y la vainilla, continúe batiendo enérgicamente.



3. Posteriormente agregue la harina y el polvo para hornear (cernidos).



4. Mezcle en forma envolvente con un batidor de globo.

5. Bata las claras a punto de turrón, mézclelas suavemente a lo anterior.



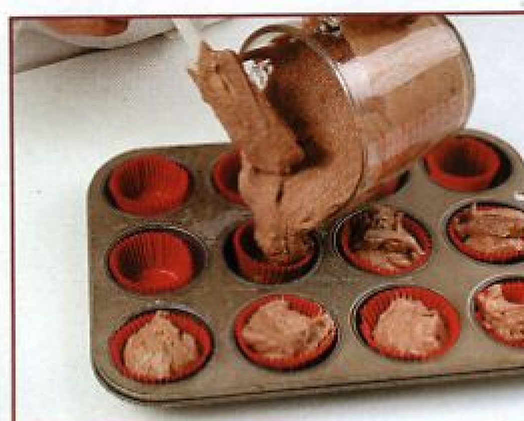
6. Añada la cocoa y mezcle en forma envolvente.



7. Incorpore la leche.

8. Coloque los capacillos en la placa para panqués.

9. Vierta la mezcla casi al tope de los capacillos.



10. *Hornee a 200°C durante 20 minutos.*

11. *Desmolde y deje enfriar.*

12. *Para la salsa, caliente la leche y agréguela al chocolate finamente picado, bata hasta que se disuelva perfectamente*

13. *Bañe los panquecitos con la salsa de chocolate.*



Tip: ***Si al hornear los panquecitos se doran mucho y aún están crudos, tápelos con un papel de estraza.***



(Rinde 1 porción)

Pan de Cacahuate

El cacahuate es un producto que se consume en nuestro país en moles, galletas, polvorones y hasta en este simpático pan.

INGREDIENTES:

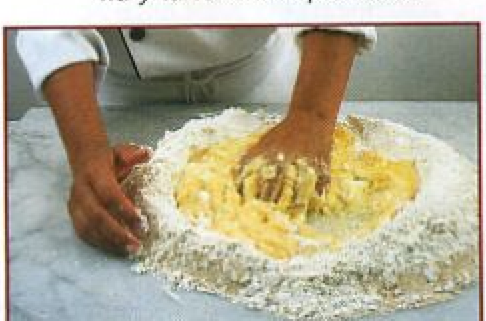
250	gr de harina
40	gr de azúcar
1/2	cucharadita cafetera rasa de sal
1	huevo
40	gr de mantequilla
1	cucharadita cafetera copeteada de levadura en polvo
100	ml de agua
1/2	taza de cacahuate molido
1	huevo para barnizar
	Ajonjolí para polvorear
1/2	taza de cacahuate molido
1/3	taza de mantequilla

Material Necesario:

Báscula
Taza medidora
Raspa
Cucharita
Brocha
Espátula de hule

MANERA DE PREPARAR:

1. *Forme una fuente con la harina, ponga al centro el huevo, el azúcar, la sal, la mantequilla y la levadura por fuera.*



2. *Mezcle todo con una mano, integre el agua poco a poco, talle la masa para que se vaya despegando.*



3. *Utilice una raspa para despegarla, amásela golpeándola ligeramente hasta que se despegue, quedando suave, lisa y elástica. Agregue el cacahuate.*



4. *Deje reposar la masa durante 30 minutos a temperatura ambiente, tapada con un plástico.*



5. *Haga un rollo de 40 cm de largo.*

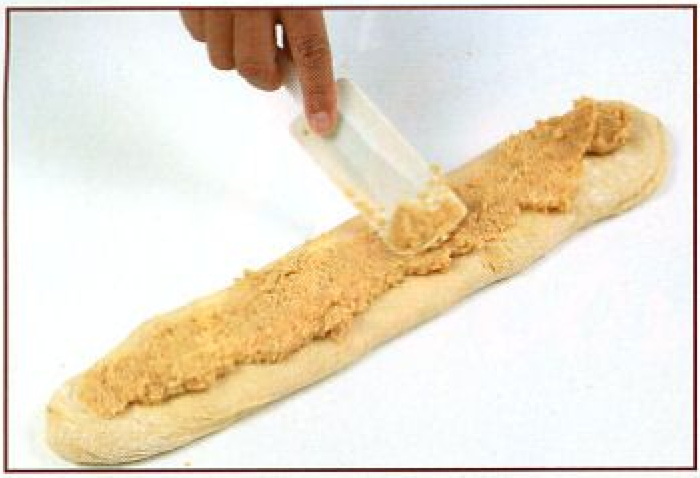


6. *Presiónelo ligeramente hasta que tome forma.*



TRES ESTRELLAS

7. *Úntelo con el cacahuate molido mezclado con la mantequilla.*



8. *Pellizque los bordes para cerrarlo.*



9. *Colóquelo boca abajo sobre una charola, hágale cortes en diagonal con unas tijeras*



10. *Al momento de hacer el corte, colóquelo hacia un lado y en el siguiente corte, hacia el otro.*



11. *Déjelo fermentar hasta que doble su volumen, barnícelo con huevo y rocíele ajonjolí.*

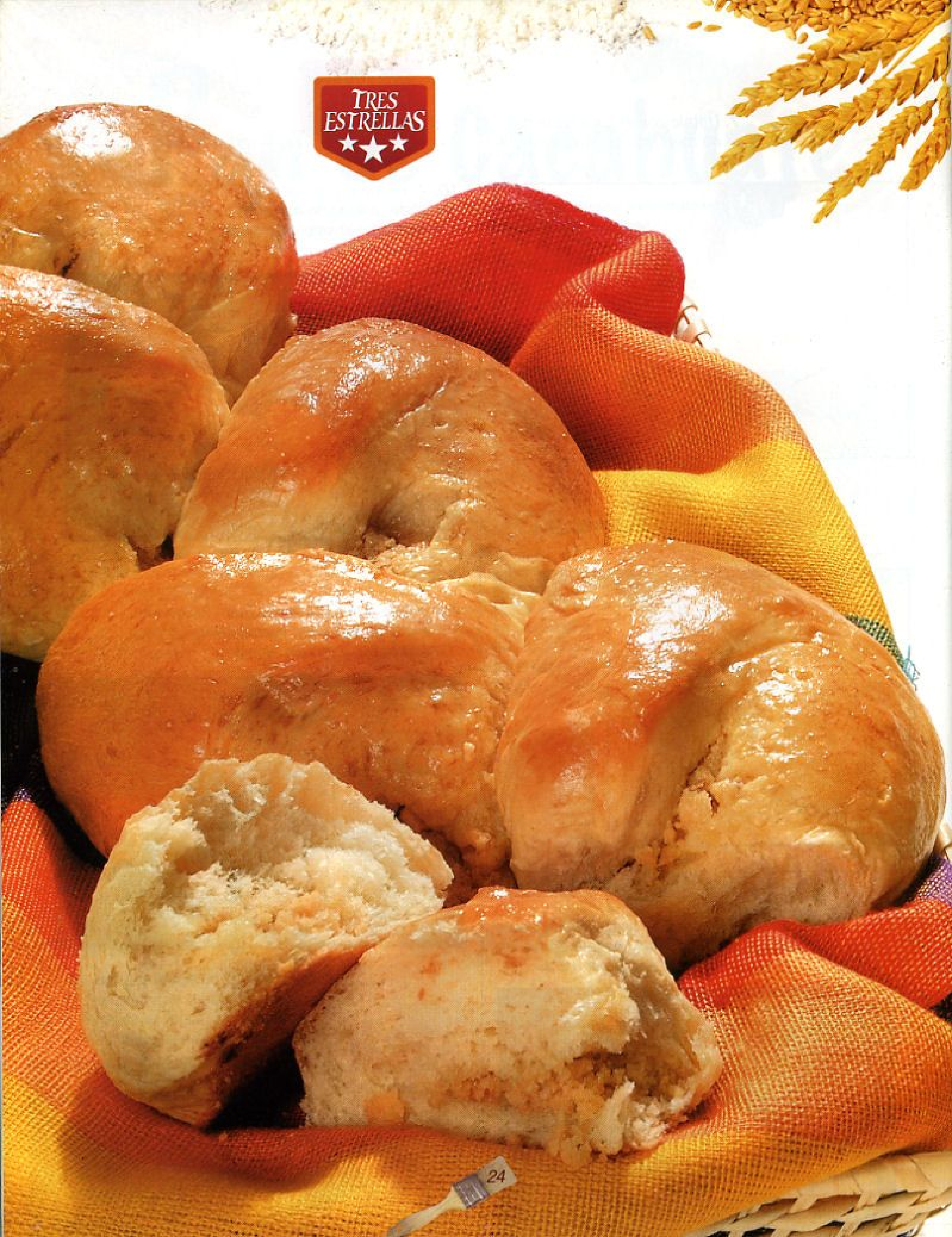


12. *Hornéelo a 210°C por 20 minutos o hasta que se dore y esté cocido.*

Tip:

Este pan originalmente se hacía en bollos.




TRES
ESTRELLAS